公民館 おおの

令和2年4月 松江市大野公民館

TEL 0852-88-2051 FAX 0852-88-3186 E-Mail oonok@mable.ne.jp

大野のシンボルマーク

今年度もよろしくお願いいたします

今年も暖冬にて桜の用花も早割、大野の里も一 斉に春の装いとなりまた。

2月末から国内において新型コロナウイルスの感染が拡大し、感染拡大防止の観点から、公民館行事、会議また各関係団体のイベント、会議とすべて中止とし、地域の皆様にはご迷惑とおかけいたしまたこと深くお詫びいたします。

まだ終息の見通しが立たない現状ではありますが新年度がスタートいたします。

「住みたい 住みつづけたい 大野のおづり」を目指して本年度も地域課題に努め事業を推進いたします。地域の皆様のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。



大野公民館 館長 伊藤 京子

令和2年度 大野地区自治会長名

(敬称略)

中ノ手 自治会 孝夫 山田 土 居 自治会 藤原 寬 東 村 自治会 森井 寿巳 中 川 自治会 坂本 充知男 西ノ村 自治会 佐藤 公明 津ノ森 自治会 阪本 永 山 中 自治会 田中 ケイ子 殿 山 自治会 金田 俊宏 上根尾 自治会 伊藤 喜治 嘉信 原 自治会 金坂 鎌 田 自治会 松浦 勇治 魚瀬東 自治会 山野 魚瀬西 自治会 清水

▶諸々お世話になります。よろしくお願いいたします。▶

4月 ごみ・資源物収集日程表

ш	月	火	水	木	金	H
			1	2 もやせる	3 紙製容器	4
5	6 もやせる	7 プラ	8	9 もやせる	10 古紙·古着	11
12	13 もやせる	14 プラ	15	16 もやせる	17 紙製容器	18
19	20 もやせる	21 プラ	22	23 もやせる	24 古紙·古着 金 属	25
26	27 もやせる	28 プラ	29	30 もやせる		

公民館行事で記録のために撮影した写真は、公民館のお便りやホームページに掲載させていただく場合があります。ご了承ください。

コミバス時刻表変更について

4月1日よりコミバス魚瀬線の時刻表が変更となります。 詳細は時刻表をご覧ください。

ご寄付御礼

香典・玉串料返し

鱼瀬 北野 喜美子様 土居 西 光 寺 様 土居 昌子 宋賢 様 鱼瀬 村松 佳雄 様

見舞い返し

上居 藤原 昌枝 禄

ありがとうございました。 大野地区社会福祉協議会

4月お知らせ

新型コロナウイルス対策における 今後の行事等開催について

新型コロナウイルスの県内、市内の発生状況、松江市の方針によっては、予定している事業等を中止とする可能性がありますのでご了承ください。

きめなかサロン お知らせ

日時 4月8日(水)

10:00~12:00

場所大野公民館研修室

●抹茶・コーヒー・紅茶 季節のお菓子付きで 1 杯 150 円

大野子ども広場 参加者募集

令和2年度の大野子ども広場を

4月27日(月)より開始します。 会場 大野小学校 体育館・校庭 他 対象 小学1年生~6年生

参加募集のチラシを配布しています。

申込先 大野公民館

◎登録が必要です。◎大野小学校を通じて、

移動図書館車 巡回日

子どもさんだけでなく大人の本も充実していますので、みなさんぜひご利用ください。

場所 大野公民館 駐車場 💸

4月13日(月)14:10~14:40 4月27日(月)15:00~15:30

年間スローガン

広げよう 事故ゼロ島根の 思いやり

4月 行事·館使用予定

日	曜	公具	民館行事	事・使用	
1	水			-	
2	木	書道教室	20:00		
3	金	からだ元気塾	10:00	***************************************	
4	土			めだけクラブ総会	₹ 15:00
5	日				
6	月			***************************************	
7	火]		囲碁将棋クラブ	19:00
8	水	まめなかサロン	10:00	ステップ21	20:00
9	木	レクダンス	10:00		
10	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
11	土			建築組合	18:00
12	日				
13	月	移動図書館 14:10	~14:40		
14	火	小原流生花教室	19:30	囲碁将棋クラブ 魚瀬なごやか	19:00 14:00
15	水	絵てがみ教室	10:00	ステップ21	20:00
16	木	書道教室	20:00	クラフト教室	14:00
17	金	合同監査会 図書館開館	19:00 15:00	からだ元気塾	10:00
18	土				
19	日			***************************************	
20	月	青少協総会	18:30		
21	火			囲碁将棋クラブ	19:00
22	水	各種団体合同総会 公民館運営協議会	13:00~		
23	木				
24	金	図書館開館	15:00	からだ元気塾	10:00
25	土				
26	日				
27	月			移動図書館 15:00)~15:30
28	火		<u> </u>	囲碁将棋クラブ	19:00
29	水				
30	木				
				•	

春の全国交通安全運動

4月6日(月)~4月15日(水)

守ろう!交通ルール 広げよう思いやりの輪

本宮山 山頂付近の樹木を伐採しました。 山頂から松江市中心街の眺望がよくなりました。



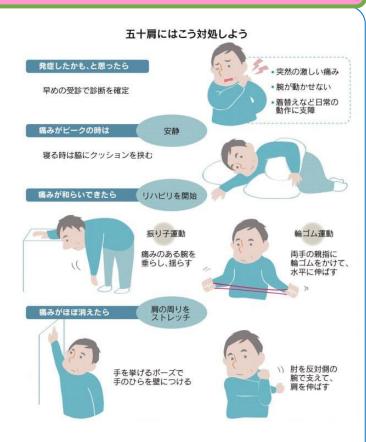




「五十肩のウソ?ホント?」

「五十肩」と言われると、50歳でなるものと思っていませんか?実は20歳代でもなります。多くの原因は肩の小さな筋肉が傷つくことで起こります。小さな筋肉なので軽い力が加わっただけでも徐々に傷ついていきます。

少しずつであるため痛みも少なく最初 は気づかないこともあります。しかし、 そのままにしておくと正常に治らずに いつの間にか肩が動かなくなり痛みを 伴います。夜に痛みが出たりするのは 炎症が起こっているためです。これもよ く間違われますが、痛みを我慢した運動 や、強い力を入れた運動は間違っていま す。原因となる筋は元々小さな筋肉なの で、軽い運動で十分強くすることができ



ます。対処法の一例を図に示しますが、運動は軽い力で、ゆっくり、痛みのない範囲で沢山繰り返すことがポイントです。また夜間痛の原因は多くは寝方に問題があります。肘が内側に入らないように枕などを使用して寝ると痛みが軽くなることがあります。長引く痛みはちょっとした工夫で改善することが多いので、お悩みがあれば専門機関や本校の方でも結構ですので、お気軽ご相談ください。

松江総合医療専門学校 理学療法士科 専任教員 博士(医学) 内田 武

公民館の使用について

- 〇窓口または電話で事前に予約の上、使用する前までに「公民館使用許可願書」 に必要事項を記入し、公民館へ提出して使用してください。
- 〇事務室閉室時に使用する場合は、事前に鍵を受け取りに来ていただき、使用してください。
- 〇公民館事業等で公民館使用の変更や取り消しをお願いすることがあります。
- 〇使用者の都合で使用をキャンセルする場合は、速やかにご連絡ください。
- 〇使用後は、必ず部屋の清掃を行っていただき、ゴミはお持ち帰りください。
- 〇使用責任者は、使用後、事務室前に置いてあります「大野公民館 使用簿」に 必要事項を必ず記入してお帰りください。
- ○使用後の電気や空調は消してお帰りください。

公民館・各種諸団体 今年度の主な行事予定

事業名	開催日	会 場	
町 民 ソ フ ト ボ ー ル 大 会 町民ソフトバレーボール大会	5月31日(日) ソフトボールのみ雨天中止	大野小学校 校庭・体育館	
町 民 体 育 祭	6月21日(日)予備日なし	大野小学校 校庭	
夏 休 み こ ど も 教 室 (寺 子 屋)	小学生夏休み期間中開催予定	大野公民館	
お お の 夏 ま つ り	7月18日 (土)	大野小学校 上校庭	
青少協小・中交流活動	9月26日(土)※予定	大野小学校 体育館	
松江市地区対抗大運動会	10月4日(日)	松江市総合運動公園	
おおの輪・和・ワークラブ イベントウォーキング	10月7日 (水)	玉峰山荘	
おおのふるさとまつり 大野健康フェスティバル 町民ニュースポーツ大会	10月25日(日) ニュースポーツのみ雨天中止	大野小学校 体育館・上校庭 下校庭	
防 災 訓 練	11 月上旬予定	未定	
町民卓球大会	11月15日(日)	松江総合医療専門学校 体育館	
青少協ジュニアリーダー研修会	令和3年1月16日~17日	サン・レイク	
おおの輪・和・ワークラブ フ ェ ス テ ィ バ ル	令和3年3月予定	大野小学校体育館	
子ども会フェスティバル	令和3年3月予定		

※敬老会に関しましては、日程が決まり次第ご連絡いたします。